

Excursiones de senderismo de un día



Sábado 25/Domingo 26, junio, 2022

Pinares de Navalmedio

Matinal (9 a.m.)

Caminando bajo la sombra de los pinos silvestres y refrescados por el arroyo que recorre todo el valle esta ruta es especialmente idónea en tiempo caluroso : desde el pto de Navacerrada a la Fonda Real.

Datos técnicos

Salida : 9 a.m. desde la calle San Leonardo, esquina con la calle Princesa (Plaza de España).

A las 9,15 a.m. en [Plaza de Castilla](#), junto a la churrería de la Castellana.

Regreso : 3 p.m. en Madrid.

Precio : 24€ (Socios : 22€)

Desayuno : Sin parada para desayunar.

Distancia : 8 km

Desnivel de subida : 30 m (40 m acumulado).

Desnivel de bajada : 540 m (570 m acumulado).

Grupo : Cada 15 pax con un guía.

El traslado se realiza en autocar de 54 pax, que se comparte con otras excursiones hasta ocupar las 54 plazas. No se puede cambiar de asiento.

Imprescindible el uso de mascarilla en el autocar.

Se ruega leer las siguientes [recomendaciones Covid-19](#).

Ruta Matinal. *Estas rutas de nivel 1 están pensadas para aquellas personas que quieren realizar una marcha corta por el campo durante la mañana del sábado o domingo, con el objetivo de estar de regreso en Madrid hacia las 15 h, siempre teniendo en cuenta los problemas de tráfico o de otra índole que puedan surgir y retrasar la llegada a la capital. No obstante es conveniente aclarar que no es un paseo, sino una marcha de montaña, y como tal hay que llevar equipo adecuado.*

Marco Geográfico

Este itinerario se desarrolla entre el puerto de Navacerrada y la Fonda Real, bordeando el embalse de Navalmedio, termino de Cercedilla y Navacerrada (Madrid).

Descripción del itinerario

Pocas personas son conscientes de que el valle que se ubica a nuestra izquierda, cuando subimos hacia el puerto de Navacerrada desde Madrid recibe el nombre de Navalmedio, y que es uno de los valles menos conocido del Guadarrama, y sin embargo de mayor valor ecológico.

En este mes, resulta especialmente idóneo para realizar caminatas por él pues aminora los calores, gracias al frescor del arroyo y a la sombra de los altos pinos silvestres.

Así pues, Iniciamos la ruta en el puerto de Navacerrada bajando hasta la estación de tren, en donde cogemos el sendero que desciende paralelo al Regajo del Puerto, cruzando con frecuencia de una a otra orilla, hasta alcanzar la amplia pradera de las Cortes, donde quedan los restos de lo que fue el campamento juvenil Alonso Ercilla.

A partir de aquí el camino, por la orilla derecha del río, enfila hacia la presa de Navalmedio, desviándose por un sendero a nuestra izquierda que atraviesa el pinar y alcanza la Fonda Real, junto a la carretera del puerto de Navacerrada, donde nos recogerá el autocar.

Valores naturales

El valle de Navalmedio se ubica entre las cuerdas de Siete Picos y la de las Cabrillas, que entroncan ambas en el puerto de Navacerrada. En él tiene uno de sus nacientes el río Guadarrama, primeramente llamado Regajo del Puerto y más tarde arroyo de Navalmedio, que al unirse al río Pradillo y al de la Venta, forman los tres un sólo curso de agua llamado, ya sí, río Guadarrama.

Este vallecito es uno de los de mayor encanto de la sierra de Guadarrama, con un hermoso pinar de silvestres, tejos, endrinos, vegetación de ribera, etc.

Valores culturales

El itinerario que se sigue ha sido utilizado desde muy antiguo para cruzar caminando el puerto de Navacerrada, antes de la construcción de la actual carretera.

Cómo curiosidad mencionar que el topónimo Navalmedio podría proceder del hecho de que este valle se reparte entre los términos municipales de Navacerrada y Cercedilla, pues el primero conserva la propiedad sobre gran parte de la falda suroriental de los Siete Picos, de tal forma que en nuestro descenso cambiaremos repetidamente de municipio.

El embalse de Navalmedio se construyó en 1968 y entró en servicio un año más tarde con el fin de abastecer de agua a los pueblos de la Sierra. Debido a la difícil topografía del terreno el ingeniero Joaquín Gavala Ruiz diseñó dos diques de 36 y 8 m de altura, respectivamente, que almacenan 0,7 hm³. Depende del Canal de Isabel II.

Dificultad de la ruta

Media, a causa de la prolongada bajada, que requiere el uso imprescindible de botas de montaña.

Equipo recomendado

Aunque sea una marcha de nivel 1 es aconsejable llevar botas de montaña. Y a pesar del buen tiempo, una tormenta puede aparecer en cualquier momento por lo que es recomendable un chubasquero metido en el fondo de la mochila. Aparte, algo de comida ligera, agua (1,5 litros como mínimo), botiquín

personal, glucosa, etc. Y protector solar (labios y cara), junto con una gorra. Aconsejable el uso de bastones, pues conviene recordar que no es un paseo por el campo sino una marcha de montaña

Es recomendable llevar un pequeño bolso de mano con ropa de repuesto que se deja en el maletero del autocar. Al regresar puede uno cambiarse, si por la razón que fuera se hubiese uno mojado (o no).

Por otra parte, y con el fin de no ensuciar el autocar, se ruega se lleve calzado de respuesto que se dejará en el maletero, quitándose las botas antes de subir al autocar.